

Zen-Sesshin im Allgäu

mit

Asui Genpo C. Hahn

Termin:

6. bis 9. August 2020 (Donnerstagabend bis Sonntagnachmittag)

Ort:

Seminarhaus Sulzbrunn bei Kempten

Das Zen-Sesshin

Aufrecht und still sitzen. Ausatmen, einatmen – mit jedem Atemzug beginnt dieses Leben neu, jeder Atemzug ist Fülle dieses Lebens und jeder Atemzug kann der letzte sein. Dazu Gefühle, Gedanken, Empfindungen – mal angenehm, mal unangenehm und lästig. Und kaum schaut man, sind sie schon wieder weg. Manche kehren auch hartnäckig immer wieder... Bei sich selbst ankommen heißt, beim Leben ankommen – mit allem, was es mit sich bringt. Dogen Zenji, der im 13. Jahrhundert die japanische Soto-Zen-Schule begründete, sprach vom „ursprünglichen Gesicht“. Womit er nichts Mysteriöses meinte, nicht einmal etwas Transzendentes - allenfalls in dem Sinn, als man es im Alltagstrubel leider meist verpasst. Etwas tief Religiöses mag es dennoch sein. Denn es berührt die Frage „Wer bin ich?“, die beim intensiven Sitzen ganz von selber, in welcher Gestalt auch immer, aufleuchtet - und Licht gibt.

Asui Genpo

Dieses Zen-Sesshin

im Stil eines japanischen Soto-Zen-Klosters eignet sich für Anfänger und Geübte: Zazen-Perioden von dreißig Minuten, Gehmeditation, Vorträge, Yoga und Einzelgespräche (Dokusan) mit dem Lehrer. Es empfiehlt sich, auf das Smartphone zu verzichten.

Der Lehrer

Christoph Hahn, Musikethnologe und langjähriger Rundfunkautor, war seit Mitte der 1980er Jahre Schüler von Nakagawa Fumon Roshi und als solcher beteiligt am Aufbau des Zen-Zentrums und Klosters Fumonji in Eisenbuch, wo er viele Jahre lang Studienkurse gab. Später wurde Furusaka Ryuko Roshi in Japan sein zweiter Lehrer, von ihm erhielt er 2004 die Ordination zum Soto-Mönch. Es folgten Trainingsperioden in japanischen Zen-Klöstern, und seit 2015 ist er unter dem Namen Asui Genpo Dharmanachfolger von Furusaka Roshi.

Kosten:

Übernachtung inkl. Vollpension
MBZ 180 € ▪ DZ 195 € ▪ EZ 219 €
Seminargebühr nach
Selbsteinschätzung 120 bis 250 €

Anmeldung:

Seminarhaus Sulzbrunn
Sulzbrunn 1 ▪ 87477 Sulzberg
info@seminarhaus-sulzbrunn.de

